

Tipps für die Grillsaison

Feijão Tropeiro

Bohnenbeilage zum Grillen, die warm oder kalt serviert werden kann.

Zutaten für 4 Personen:

2 Tassen Augenbohnen, getrocknet (Feijão Fradinho)
2 Tomaten
2 Zwiebeln
200 g Speck
1 Bund Petersilie
2 Tassen Maniokmehl (Farinha de Mandioca)

Zubereitung:

Die Augenbohnen in Wasser und Salz kochen bis sie weich sind. Anschließend das Wasser durch ein Sieb abgießen. In einem anderen Topf den Speck in Olivenöl anbraten. Nun die feingehackten Zwiebeln hinzufügen und glasig werden lassen. Die feingehackten Tomaten und die Petersilie unterrühren. Das Maniokmehl langsam einrühren und zum Schluss die Bohnen hinzufügen. Das Ganze nach Geschmack mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bom Apetite

Rezept von Telma Pereira Ketteniss



Vinagrete (Molhoacampanha)

Eine Art feingehackter Tomaten- und Paprikasalat in Essig und Öl. Als Beilage zu Grillfleisch und Rindersteaks sehr erfrischend.

Zutaten für 4 Personen:

5 Tomaten
2 Zwiebeln
2 Grüne Paprikaschoten
1/2 Bund frischer Koriander (Quentro):

Wird in türkischen, marokkanischen oder asiatischen Lebensmittelgeschäften angeboten, manchmal auch in großen Supermärkten. Wer absolut keinen Koriander mag, kann ersatzweise auch Petersilie verwenden, was dem Ganzen jedoch einen komplett anderen Geschmack verleiht.

3 Suppenlöffel Essig
5 Suppenlöffel Olivenöl

Zubereitung:

Die Tomaten und die Paprika in kleine, ungefähr Erbsengroße Würfel schneiden. Die Zwiebeln und den Koriander oder die Petersilie feingehackt darunter mischen. Den Essig und das Olivenöl dazugeben und nach Geschmack mit Pfeffer und Salz abschmecken. Durchmischen- fertig! Bom Apetite

Rezept von Telma Pereira Ketteniss



MELHORES PARTES/CORTES PARA CHURRASCO

Best cuts for a barbecue



01. Cupim
02. Filé Mignon
03. Picanha
04. Alcatra
05. Maminha
06. Fraldinha
07. Costela



01. Nacken
02. Zartes Lendenstück
03. Lendenstück
04. Hinterteil
05. Rump Steak
06. Bauchfleisch
07. Rippen

08. Aba de Filé
09. Acém
10. C. de Filé
11. Filé de Costela
12. Contra Filé

13. Coxão Duro
14. Coxão Mole
15. Lagarto
16. Rabo

17. Patinho
18. Braço
19. Peito
20. Pescoço